

ПРОГРАММА КУРСА

- Урок 1 История массажа.
- Урок 2 Чудодейственное касание.

- Урок 3 Знакомьтесь: наши друзья и помощники.
- Урок 4 Анатомия (скелет).

- Урок 5 Мышечная система и ее функционирование.
- Урок 6 Анатомия (мышцы).

- Урок 7 Механические свойства мышц, релаксация.
- Урок 8 Анатомия (суставы).

- Урок 9 Усталость, разрежение костей, интоксикация.
- Урок 10 Показания, противопоказания, гигиена.

- Урок 11 Воздействие массажа I.
- Урок 12 Подготовка и тренинг массажиста.

- Урок 13 Воздействие массажа II.
- Урок 14 Используемые при массаже вспомогательные материалы.

- Урок 15 Воздействие массажа III.
- Урок 16 Основные приемы шведского массажа.

- Урок 17 Стресс, точки воздействия.
- Урок 18 Виды массажа I.

- Урок 19 Роль подошв и свода стопы.
- Урок 20 Виды массажа II.

- Урок 21 Массаж при беременности, самомассаж.
- Урок 22 Виды массажа III.

- Урок 23 Массаж младенцев и детей.
- Урок 24 Ароматерапия.

- Урок 25 Области тела I.
- Урок 26 Спортивный массаж.

- Урок 27 Области тела II.
- Урок 28 Массаж в пожилом возрасте.

- Урок 29 Области тела III.
- Урок 30 Баночный массаж. Фоно- и магнитотерапия.

- Урок 31 Основы лечебной физкультуры.
- Урок 32 Основы рационального питания.